

Ansiedad, depresión y estrés en estudiantes nuevos admitidos: patrones emocionales y sus correlaciones durante la transición universitaria

Anxiety, depression, and stress in newly admitted students: Emotional patterns and their interrelationships during the university transition

María Margarita Tirado Vides¹, Miladys Paola Redondo Marín², Luz Karine Jiménez Ruiz³, Kathy Luz Pérez Correa⁴, Rosa Elena Martínez Trigo⁵, María del Mar Restrepo Villarroel⁶, Annis Mildreth Porto Pérez⁷, Liliana Castaño Gómez⁸, Lourdes Eufemia Fernández Castro⁹, José del Carmen Villalobos Tovar¹⁰

RESUMEN

Introducción: El ingreso a la etapa de educación superior implica un proceso de adaptación para los adolescentes y adultos emergentes, provenientes de diversos contextos culturales y con características individuales que facilitan o limitan el ajuste psicosocial de los nuevos universitarios. **Objetivo:** Determinar la relación entre los niveles de ansiedad, depresión

y estrés en estudiantes nuevos admitidos en una universidad pública. **Metodología:** Se realizó un estudio cuantitativo de alcance correlacional y de corte transversal, con muestreo no probabilístico. Para la recolección de los datos se aplicó el cuestionario DASS-21. **Resultados:** Se observaron asociaciones positivas de alta magnitud entre depresión y ansiedad ($\rho = 0,65$; IC95 %: 0,60-0,69) y entre depresión y estrés ($\rho = 0,68$; IC95 %: 0,63-0,72). La relación de mayor magnitud se identificó entre la ansiedad y el

DOI: <https://doi.org/10.47307/GMC.2026.134.S2.2>

ORCID: 0000-0001-7521-0924^{1*}
ORCID: 0000-0001-6750-7832²
ORCID: 0000-0001-9187-1693³
ORCID: 0000-0001-8256-7278⁴
ORCID: 0009-0006-1077-698X⁵
ORCID: 0000-0001-8813-4975⁶
ORCID: 0009-0003-6184-1241⁷
ORCID: 0009-0006-6784-7793⁸
ORCID: 0009-0000-6559-4223⁹
ORCID: 0000-0002-6459-4974¹⁰

¹ Universidad Popular del Cesar, Valledupar, Colombia. E-mail: mariatirado@unicesar.edu.co

² Universidad Popular del Cesar, Valledupar, Colombia. E-mail: miladysredondo@unicesar.edu.co

Recibido: 18 de diciembre 2025
Aceptado: 3 de febrero 2026

³ Universidad Popular del Cesar, Valledupar, Colombia. E-mail: Luzjimenez@unicesar.edu.co

⁴ Instituto Universitario del Caribe, Santa Marta, Colombia. E-mail: klperez3015@gmail.com

⁵ Universidad Popular del Cesar, Valledupar, Colombia. E-mail: rosamartinez@unicesar.edu.co

⁶ Universidad Popular del Cesar, Valledupar, Colombia. E-mail: mdrestrepo@unicesar.edu.co

⁷ Universidad Popular del Cesar, Valledupar, Colombia. E-mail: amildrethporto@unicesar.edu.co

⁸ Universidad Simón Bolívar, Barranquilla, Colombia. E-mail: liliana.castano@unisimon.edu.co

⁹ Universidad Popular del Cesar. Programa de Pedagogía Colombia. E-mail: lourdesfernandez@unicesar.edu.co

¹⁰ Universidad Popular del Cesar. Programa de Derecho Colombia. E-mail: josevillalobos@unicesar.edu.co

*Corresponding author: María Margarita Tirado Vides, Associate Professor, Department of Pedagogy, Universidad Popular del Cesar. mariatirado@unicesar.edu.co

estrés ($\rho = 0,72$; IC95 %: 0,68-0,76). **Conclusión:** Existe una relación positiva entre la depresión y la ansiedad en la población estudiada, vinculada al estrés académico. Los hallazgos subrayan la necesidad de implementar programas de prevención y promoción de la salud mental como estrategias de intervención clínica para los casos más severos, con el fin de mejorar el bienestar, la calidad de vida y la salud de los estudiantes.

Palabras clave: Ansiedad, depresión, estrés académico, estudiantes admitidos, salud mental.

SUMMARY

Introduction: Entering higher education entails an adaptation process for adolescents and emerging adults from diverse cultural backgrounds, with individual characteristics that facilitate or limit their psychosocial adjustment to university life. **Objective:** The objective of this article is to determine the relationship between levels of anxiety, depression, and stress in newly admitted students at a public university. **Methodology:** A quantitative, correlational, cross-sectional study with non-probabilistic sampling was conducted. The DASS-21 questionnaire was used to collect data. **Results:** High-magnitude positive associations were observed between depression and anxiety ($\rho = 0.65$; 95 % CI: 0.60–0.69) and between depression and stress ($\rho = 0.68$; 95% CI: 0.63–0.72). The strongest association was identified between anxiety and stress ($\rho = 0.72$; 95% CI: 0.68–0.76). **Conclusion:** There is a positive relationship between depression and anxiety in the population studied, linked to academic stress. The findings underscore the need to implement mental health prevention and promotion programs as clinical intervention strategies for the most severe cases to improve students' well-being, quality of life, and health.

Keywords: Anxiety, depression, academic stress, admitted students, mental health.

INTRODUCCIÓN

En el contexto actual de la educación superior, el ingreso de adolescentes y adultos emergentes es cada vez más frecuente, ya que esta período del ciclo vital implica cambios físicos, emocionales, cognitivos y toma de decisiones que pueden impactar la salud mental de estos jóvenes sumado al inicio de su etapa de estudios universitarios, se ha puesto especial atención al equilibrio

emocional de los adolescentes, especialmente a la transición de la adolescencia tardía a la adultez emergente, considerado como un problema de salud pública que impacta sectores como la salud, la educación y algunas variables sociodemográficas (1).

La consolidación de la identidad, la reorganización de las redes sociales y la mayor autonomía generan trastornos emocionales antes de los 18 años, con diagnósticos erróneos que obstaculizan las intervenciones (2,3). La Organización Mundial de la Salud (OMS) destaca la salud mental de los adolescentes como clave para el desarrollo integral, con depresión frecuente desde temprana edad, que requiere prevención, detección temprana, apoyo familiar-educativo y acceso a la salud (4). Estos cambios requieren estrategias integrales en entornos universitarios. A nivel macro, la vigilancia epidemiológica y las encuestas revelan las tendencias del malestar emocional, por lo que urge comprender los determinantes contextuales y los riesgos en el ciclo educativo (5). En EE.UU, los CDC (Centers for Disease Control and Prevention) reportan altos niveles de tristeza persistente y desesperanza en estudiantes, con una creciente demanda de servicios mentales para jóvenes (6). Retamal y Muñoz evidencian incrementos de ansiedad y depresión en niños, adolescentes y jóvenes, acelerados por la COVID-19, con efectos adversos (7).

La universidad, sobre todo para los nuevos admitidos, representa un ambiente complejo donde se concentran edades con alta exposición neuropsicológica y social; los estudiantes experimentan exigencias de rendimiento, cambios de rutina, presiones económicas, demandas sociales y la negociación de nuevos roles a los que deberán hacer frente con los recursos de los que disponen, asumiendo la nueva situación como un desafío manejable o como una amenaza desbordante (8). Li y col. adelantaron un metaanálisis que incluyó 64 estudios con más de 100 187 participantes, en el que se estimaron prevalencias de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios, revelando tasas significativas de síntomas de depresión y ansiedad independientemente de la región geográfica, el nivel de ingreso y el área académica (9). Adicionalmente, Irtiq y col. realizaron una revisión sistemática y un metaanálisis para

identificar ansiedad no especificada en estudiantes universitarios; identificaron síntomas de ansiedad no especificada y encontraron que un promedio considerable, equivalente a decenas de miles de casos, presentaba dichos síntomas (10).

Es relevante destacar que una porción crítica del riesgo se concentra en el primer año universitario. Algunas investigaciones resaltan la prevalencia de depresión y ansiedad asociadas a variables psicosociales. Estrella-Proañó y col., exponen porcentajes significativos de depresión y ansiedad, así como asociaciones con la funcionalidad familiar y el apoyo social, y resaltan la importancia de las redes primarias y del capital social en el ajuste inicial (11). Por su parte, Ferrer y col. realizaron un estudio longitudinal en Australia en el que examinaron los síntomas antes del inicio y durante el primer semestre de estudios universitarios, identificando la relevancia de la soledad y de las interacciones sociales negativas como predictores del incremento de la depresión con el paso del tiempo (12).

Desde una perspectiva ecológica, se indica que el ingreso a la universidad activa exigencias multinivel en el estudiante, en primer lugar, demandas intrapersonales como son la regulación emocional, estilos de afrontamiento, hábitos de sueño, autoconcepto académico; en segundo lugar las demandas interpersonales asociadas con la formación de nuevas amistades, separación geográfica de familia, negociación de apoyo; la tercera demanda son las institucionales tales como la cultura de evaluación, servicios de bienestar, clima del campus, políticas de inclusión; y finalmente, las demandas estructurales como la condición socioeconómica, inequidad educativa, empleo paralelo, transporte, inseguridad. Esta postura enfatiza que la ansiedad, la depresión y el estrés emergen de la interacción entre factores individuales y contextuales, y que la intervención efectiva requiere reconocer su multicausalidad (13). Se destaca, entonces, que el primer año incrementa la vulnerabilidad a la soledad y al aislamiento debido a la ruptura y la reconstrucción de redes sociales, lo que ofrece una atención teórica y empírica a su papel como variable mediadora o moderadora entre los estresores y la sintomatología afectiva (14).

Es claro entonces que, aunque ansiedad, depresión y estrés se usan con frecuencia como etiquetas próximas, cada constructo posee especificidad clínica y psicométrica, y su coocurrencia en población universitaria exige un abordaje que distinga perfiles y estándares. La ansiedad suele implicar hiperactivación, preocupación anticipatoria y síntomas somáticos; la depresión involucra afecto negativo persistente, falta de placer y alteraciones cognitivas; y el estrés psicológico refiere tensión, irritabilidad y sensación de sobrecarga ante demandas percibidas como inalcanzables; ambas dimensiones se evalúan con frecuencia mediante las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS) (15). Actualmente, las investigaciones adelantadas en esta área no solo se limitan a describir la prevalencia, sino que además buscan patrones emocionales y su interacción durante la transición universitaria, la cual no ocurre sobre una hoja en blanco, ya que se superponen historias de salud mental previas, estilos de apego, experiencias escolares, expectativas familiares, recursos financieros y estrategias de afrontamiento (12). Se concluye que la literatura se centra en cuatro argumentos claves como lo son, la alta prevalencia de ansiedad y depresión en jóvenes universitarios, con incremento reciente por efectos pandémicos; la vulnerabilidad en el primer año por cambios y reorganización de soportes; coocurrencia frecuente de ansiedad, depresión y estrés como triángulo de distrés con perfiles diferenciables; y los determinantes contextuales como apoyo social, funcionalidad familiar, soledad e interacciones negativas, con implicaciones para permanencia académica y bienestar institucional (9).

Teniendo en cuenta los argumentos anteriormente planteados, el presente trabajo se orienta a examinar la ansiedad, la depresión y el estrés en estudiantes nuevos admitidos, a identificar patrones emocionales y a estimar sus correlaciones durante la transición universitaria. A partir de estas apreciaciones y antecedentes, se estructura la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre los niveles de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes nuevos admitidos en una universidad pública en Colombia?

MÉTODO

Tipo de investigación

Se desarrolló un estudio observacional, analítico, de corte transversal y de alcance correlacional, conforme a los lineamientos de STROBE (*Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology*) para estudios observacionales. El objetivo fue identificar el tipo de relación entre los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes nuevos admitidos en una universidad pública colombiana durante el año lectivo 2025. Este estudio se fundamentó en un enfoque empírico-analítico, idóneo para describir posibles patrones de asociación entre variables psicológicas y estimar la magnitud de las correlaciones mediante técnicas estadísticas no paramétricas, dada la ausencia de normalidad en los datos, como se evidencia en los análisis presentados.

Muestra

El tamaño muestral se determinó según la disponibilidad de la población accesible durante el período de recolección, con un enfoque censal no probabilístico. No se realizó un cálculo previo del tamaño de muestra, dado el carácter exploratorio y transversal del estudio; sin embargo, el tamaño final ($n = 729$) garantiza una potencia estadística suficiente para análisis correlacionales.

Se incluyeron estudiantes de primer ingreso matriculados en programas de pregrado durante el período académico 2025-1, con edades entre 16 y 35 años, quienes aceptaron participar voluntariamente y completaron el instrumento DASS-21. Se excluyeron registros incompletos, duplicados o con inconsistencias en las respuestas.

La participación fue heterogénea según los programas académicos, incluyendo áreas como ingeniería, ciencias sociales, derecho, ciencias económicas, enfermería y microbiología, lo que permitió obtener una representación amplia del contexto institucional al favorecer la diversidad en las unidades muestrales. La participación fue anónima y no se otorgaron incentivos.

Instrumentos

Para la recolección de información de primera fuente, se utilizó la prueba DASS-21 (*Depression, Anxiety and Stress Scale – 21 ítems*), que evalúa los niveles de depresión, ansiedad y estrés mediante 21 ítems distribuidos en tres subescalas. Esta escala se utiliza principalmente con estudiantes universitarios. En cuenta de las pruebas de validación, se evidencia que las escalas de depresión y estrés presentan una consistencia interna de 0,85 y 0,83, respectivamente, mientras que en la escala de ansiedad se obtuvo un valor de 0,73. En conjunto, los ítems que componen la prueba presentan un alfa de 0,91 (16); de igual manera, el análisis factorial exploratorio evidenció una estructura de tres factores que explican el 49,99 % de la varianza total. Su aplicación permitió establecer categorías de severidad y comparar programas académicos. Es importante señalar que los instrumentos se aplicaron en formato digital, lo que garantizó el anonimato, la accesibilidad y la transparencia para los participantes.

Procedimiento

El proceso de recolección de datos se desarrolló en varias fases. La primera consistió en la aprobación institucional, en la que se obtuvo el aval de la oficina de bienestar universitaria para acceder a los estudiantes de primer ingreso y aplicar los instrumentos de evaluación emocional a través del área de permanencia y graduación. Luego, se procedió a realizar la socialización del estudio, en la que se explicó a los estudiantes el propósito, los alcances, la voluntariedad de la participación y el manejo confidencial de la información, para solucionar dudas e inquietudes. Posteriormente, se aplicaron instrumentos mediante un formulario digital institucional, lo que permitió su diligenciamiento en dispositivos móviles o en computadores. Adicionalmente, se realizó la depuración de datos, en la que se eliminaron registros incompletos, duplicados o inconsistentes. Seguidamente, los datos se trasladaron a una base de datos estadística y se codificaron las variables según las categorías de

severidad de los instrumentos. Y finalmente, se emplearon técnicas descriptivas y correlacionales acordes con la naturaleza de los datos. El proceso se desarrolló durante aproximadamente seis meses, coincidiendo con las primeras actividades académicas del semestre.

Análisis de datos

Las variables principales del estudio fueron depresión, ansiedad y estrés, medidas como variables continuas mediante las subescalas del DASS-21. La edad se incluyó como variable sociodemográfica continua. No se consideraron variables de confusión adicionales. Los registros con datos faltantes fueron excluidos mediante depuración previa al análisis, y se aplicó el análisis por casos completos.

Los datos del estudio se procesaron con el software estadístico SPSS, versión 25, y el análisis estadístico incluyó tres etapas. Una primera etapa en la que se incluyó estadística descriptiva, en la que se calcularon frecuencias, porcentajes y medidas de tendencia central para caracterizar la distribución de los niveles de ansiedad, depresión y estrés en los estudiantes, según el programa académico de procedencia. En la segunda etapa se llevó a cabo la prueba de normalidad, mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, que indicó que las variables no presentaban una distribución normal ($p < 0,001$), lo que justificó el uso de estadísticos no paramétricos.

Y finalmente, una tercera etapa en la que se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman para establecer las correlaciones entre depresión, ansiedad y estrés. Es importante tener en cuenta que se estimaron valores de significancia bilateral con un nivel de confianza del 95 % y se analizaron correlaciones adicionales entre la edad y las variables sociodemográficas (edad) y los indicadores emocionales. Los resultados permitieron identificar patrones de comorbilidad emocional y diferencias en la severidad de la comorbilidad entre los programas académicos.

Consideraciones éticas

El estudio se desarrolló conforme a la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud,

que regula la investigación con seres humanos, y, adicionalmente, se respetó lo establecido en la Ley 1090 de 2006, que regula el ejercicio de la psicología en Colombia. La investigación se enmarca en los lineamientos de bajo riesgo, dado que se utilizaron cuestionarios psicológicos no invasivos y de autoadministración. En el desarrollo del estudio se garantizaron el consentimiento informado previo a la participación, el anonimato y la confidencialidad de la información recolectada, solo para fines académicos, la protección de los datos personales de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y la libertad de retirarse del estudio en cualquier momento, sin consecuencias académicas.

RESULTADOS

La Figura 1 muestra la distribución de los niveles de depresión en estudiantes universitarios de distintos programas académicos, en la que se evaluaron cuatro categorías: depresión extremadamente severa, depresión moderada, depresión severa y ausencia de depresión. Se evidencia que la mayoría de los estudiantes no presenta sintomatología depresiva ($n = 442$), aunque se identifican 207 casos de depresión moderada, 29 de depresión severa y 24 de depresión extremadamente severa, lo que sugiere una presencia significativa de malestar psicológico en la población estudiada.

Al analizar por programas, las mayores concentraciones de depresión moderada se observan en Ingeniería de Sistemas, Derecho, Ingeniería Electrónica y Administración de Empresas: los casos de depresión severa se destacan en Derecho, Ingeniería Agroindustrial, Contaduría Pública y Sociología, mientras que la extremadamente severa, aunque menos frecuente, prevalece en Derecho, Comercio Internacional, Ingeniería Ambiental y Sanitaria, Ingeniería de Sistemas e Ingeniería Electrónica, indicando casos críticos que demandan atención psicológica prioritaria. Los programas con menor incidencia, como Microbiología, Enfermería, Música, Licenciatura en Literatura y Lengua Castellana y Licenciatura en Matemáticas, predominan en la categoría sin depresión.

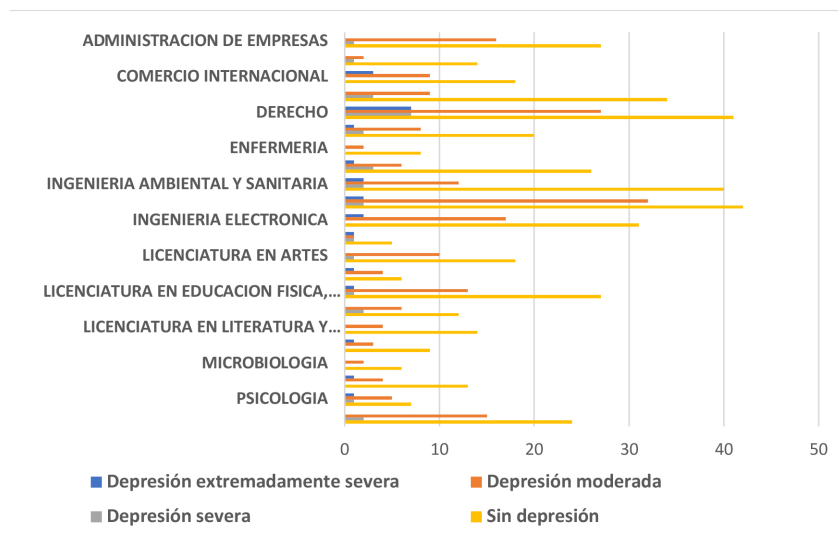


Figura 1. Nivel de depresión por programas académicos. Fuente: Datos propios de la medición

La Figura 2 muestra la distribución de los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios de diferentes programas académicos, en los que se contemplaron cinco categorías: *ansiedad extremadamente severa, leve, moderada, severa y ausencia de ansiedad*. En términos globales, se identificaron 81 casos de ansiedad extremadamente severa, 67 de ansiedad leve, 111 de ansiedad moderada, 44 de ansiedad severa y 399 estudiantes sin ansiedad. Estos datos evidencian que, si bien una proporción considerable de la muestra no presenta síntomas, existe una presencia significativa de sintomatología ansiosa en distintos grados de severidad.

Al analizar la distribución por programas, Derecho lidera en ansiedad extremadamente severa, seguido de Ingeniería de Sistemas, Comercio Internacional y Contaduría Pública. En cuanto a los niveles de ansiedad moderada, destacan Derecho, Ingeniería de Sistemas, Sociología y Contaduría Pública. Los casos de ansiedad severa se manifiestan con mayor frecuencia en ingeniería de sistemas, sociología e ingeniería ambiental y sanitaria.

Sin embargo, los programas con mayor prevalencia también registran un alto número de estudiantes sin sintomatología ansiosa, como Ingeniería de Sistemas, Derecho, Ingeniería Electrónica y Administración de Empresas.

Finalmente, programas como Microbiología, Música y Psicología presentan una baja incidencia de ansiedad en todos los niveles, con predominio de ausencia de síntomas.

Tras realizar la prueba de normalidad previa al establecimiento de las correlaciones, se encontró que los valores de Kolmogorov-Smirnov para depresión, ansiedad y estrés fueron significativos ($p = 0,0001$), lo que indica que las tres variables no presentan una distribución normal. Por tanto, se procede a realizar las correlaciones mediante la prueba no paramétrica de Spearman (Rho).

Los resultados del análisis evidencian relaciones estadísticamente significativas entre las variables emocionales evaluadas en los estudiantes universitarios como se observa en el Cuadro 1, en primer lugar, se observó una correlación positiva de magnitud alta entre depresión y ansiedad ($\rho = 0,65$; IC 95 %: 0,60-0,69), lo que indica una asociación sustantiva entre ambos constructos, sugiriendo que a medida que aumentan los niveles de depresión, también lo hacen los síntomas ansiosos. De manera similar, se observó una asociación positiva de alta magnitud entre depresión y estrés ($\rho = 0,68$; IC95%: 0,63-0,72), lo que indica una relación sustantiva entre ambos constructos emocionales y evidencia que el incremento del estrés percibido

ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES NUEVOS ADMITIDOS

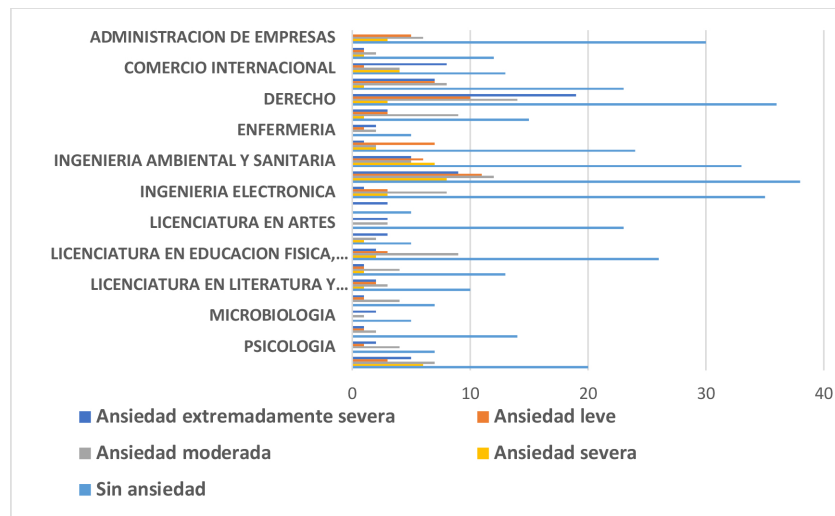


Figura 2. Niveles de ansiedad relacionados con los programas académicos. Fuente: Datos propios de la medición.

se asocia con un mayor malestar depresivo en la población estudiantil encuestada.

Por su parte, la asociación entre ansiedad y estrés fue la de mayor magnitud del modelo ($\rho = 0,72$; IC95 %: 0,68-0,76), lo que indica una relación positiva fuerte y consistente entre ambos constructos. Este resultado señala que los estudiantes que perciben niveles más altos de estrés tienden, al mismo tiempo, a presentar síntomas de ansiedad más intensos.

Las asociaciones entre la edad y los indicadores emocionales fueron de magnitud trivial, tanto para depresión ($\rho = -0,05$; IC95 %: $-0,12$ a $0,02$) como para ansiedad ($\rho = -0,06$; IC95 %: $-0,13$ a $0,01$),

lo que indica la ausencia de una relación relevante desde el punto de vista práctico. Esto indica que los síntomas depresivos y ansiosos se presentan de manera similar tanto en estudiantes jóvenes como en mayores, sin diferencias sustanciales atribuibles a la edad. Sin embargo, la relación entre edad y estrés mostró una asociación pequeña ($\rho = -0,08$; IC95 %: $-0,15$ a $-0,01$), lo que sugiere que los estudiantes más jóvenes reportan niveles ligeramente superiores de estrés en comparación con sus compañeros de mayor edad. Aunque la relación es estadísticamente significativa, su magnitud es reducida, por lo que su relevancia práctica debe interpretarse con cautela.

Cuadro 1

Correlaciones entre ansiedad, depresión y estrés

| Relación entre variables | P de Spearman | IC 95% | Magnitud del efecto |
|--------------------------|---------------|---------------|---------------------|
| Depresión - ansiedad | 0,65 | 0,60- 0,69 | Efecto grande |
| Depresión - estrés | 0,68 | 0,62 - 0,72 | Efecto grande |
| Ansiedad - estrés | 0,72 | 0,68 - 0,76 | Efecto grande |
| Edad - depresión | -0,06 | -0,13 - -0,01 | Efecto trivial |
| Edad - ansiedad | -0,08 | -0,15 - -0,01 | Efecto pequeño |
| Edad - estrés | -0,11 | -0,18 - -0,04 | Efecto pequeño |

ρ = coeficiente rho de Spearman. La magnitud del efecto se interpretó según criterios convencionales (trivial < 0,10; pequeño = 0,10–0,29; moderado = 0,30–0,49; grande $\geq 0,50$). Los intervalos de confianza del 95 % indican la precisión de las estimaciones.

DISCUSION

Los hallazgos de este estudio revelan una fuerte correlación positiva entre depresión y ansiedad, superior a las prevalencias globales en función del nivel de ingreso y del área académica reportadas por Li y col. (9), lo que sugiere una mayor intensidad en esta muestra de 729 estudiantes universitarios colombianos, especialmente en programas como derecho e ingeniería de sistemas, con altos niveles de depresión moderada y de ansiedad extremadamente severa.

Estos resultados también pueden contrastarse con los expuestos por Estrella-Proañó y col., quienes vinculan la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en los universitarios de primer año con el apoyo familiar deficiente (11). El estudio, además, evidencia en sus derivaciones la transversalidad de los programas académicos, en contraste con la homogeneidad de los síntomas de ansiedad no específica que concluyen Irtiqá y col. en sus investigaciones con estudiantes universitarios (10).

En cuanto a los resultados de la correlación fuerte y significativa entre depresión y estrés, estos refuerzan la perspectiva ecológica de Roy y col. (13), donde las instancias institucionales y estructurales aumentan el malestar psicológico entre los educandos; en el presente estudio, también se resaltan casos sin síntomas de depresión (442 integrantes de la muestra), lo que indica la existencia de factores protectores propios del contexto universitario evaluado y que distan o están ausentes en las conclusiones de los meta-análisis globales realizados por Li y col. (9).

Por su parte, la correlación significativa observada entre ansiedad y estrés confirma el triángulo de distrés (9), lo que coincide con la coocurrencia frecuente detallada por la OMS (4) y la CDC (6), pero con variaciones por edad, donde los estudiantes más jóvenes reportan un mayor nivel de estrés, discrepando de la ausencia de diferencias etarias en Farrer y col. (12). Carreras profesionales como microbiología y enfermería presentan baja incidencia, posiblemente debido a sus currícula flexibles, lo que contrasta con la alta carga en el programa de derecho y coincide con los hallazgos de Morales Dechoudens sobre estresores en nuevos ingresos (8).

En términos generales, los hallazgos del estudio evidenciaron correlaciones fuertes entre depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de primer año universitario, lo que respalda la comorbilidad emocional durante la transición universitaria. Estas relaciones superan en magnitud algunas evaluaciones previas expuestas en los antecedentes de la investigación, lo que destaca la necesidad de intervenciones específicas en contextos universitarios colombianos.

CONCLUSIONES

Existe una relación positiva y significativa entre las variables de estudio —depresión, ansiedad y estrés—, evaluadas en estudiantes nuevos admitidos en la Universidad Popular del Cesar, con correlaciones fuertes que indican comorbilidad emocional durante la transición universitaria.

Estos hallazgos también permiten confirmar la alta vulnerabilidad del primer año universitario, con una prevalencia considerable de síntomas moderados a severos de ansiedad, depresión y estrés entre los estudiantes de nuevo ingreso, especialmente en programas de gran exigencia académica, como las ingenierías y las del área de la salud, lo que demanda la detección temprana y acciones de prevención frente a otros fenómenos que pueden derivarse, como el riesgo de deserción.

A partir de estas conclusiones, conviene recomendar la implementación de programas institucionales de prevención y promoción de la salud mental para mejorar el bienestar psicológico, la permanencia académica y la calidad de vida de los educandos, priorizando intervenciones clínicas en casos severos identificados mediante tamizajes periódicos dirigidos a esta población, caracterizada por su transición a un nivel de educación superior.

Limitaciones y recomendaciones

Entre las limitaciones del estudio se encuentran el diseño transversal, que impide establecer relaciones causales, y el muestreo no probabilístico, que limita la generalización de los resultados. El uso exclusivo de autorreporte puede

introducir sesgos de percepción y la ausencia de variables psicosociales adicionales reduce el alcance explicativo del modelo.

Como recomendación, se sugiere realizar estudios longitudinales y multicéntricos que permitan analizar la evolución de los síntomas y fortalecer la validez externa. Asimismo, es pertinente integrar variables psicosociales y promover programas institucionales de prevención, detección temprana e intervención en salud mental para estudiantes de nuevo ingreso.

Highlights (ideas claves)

Los estudiantes universitarios nuevos admitidos presentan patrones fuertemente interrelacionados de ansiedad, depresión y estrés durante la transición a la educación superior.

Los síntomas depresivos se asocian significativamente tanto con la ansiedad como con el estrés percibido, lo que evidencia una vulnerabilidad emocional durante el proceso de adaptación.

Las intervenciones preventivas y de promoción de la salud mental son fundamentales para el bienestar estudiantil, la permanencia y la calidad académica.

Conflicto de interés

Los autores reportan que no existen conflictos de interés.

Agradecimientos

Agradecimiento a la Universidad Popular del Cesar por el apoyo y la confianza para desarrollar el proceso; de igual manera, se agradece al equipo investigador por su dedicación, esfuerzo y contribuciones.

Contribución autoral

MMTV: Investigadora principal del estudio

MPRM: Diseñadora metodológica

LKJR: Responsable del análisis estadístico.

KLPC: Redacción de artículo científico

REMT: Aplicación de instrumentos de medición

MRV: Búsqueda y selección de artículos científicos relacionados.

AMPP: Tabulación y depuración de base de datos

LCG: Apoyo en la aplicación de instrumentos de medición

LEFC: Redacción de artículo científico

JVT: Corrección de estilo

REFERENCIAS

1. Barrera-Herrera A, Leal-Paredes N, Cid-Penroz A, Huerta-Espinoza MJ, Riffo-Álvarez C, Vallejos-Barrera L, et al. Revisión narrativa del modelo de desarrollo positivo para adultos emergentes chilenos. *Universidad y Salud*. 2024;26(2):41-50.
2. García JZ, Gallego DL, López JGM, Canencio DMA, Parra SR, Durán AS. Vínculos, autonomía y salud mental en adultos jóvenes en proceso de reintegración en Colombia. *Rev Colomb Cienc Soc*. 2023;14(1):106-133.
3. Orcasita Pineda LT, Uribe Rodríguez AF. La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psicol Avances Discip*. 2010;4(2):69-82.
4. Mental Health of Adolescents. Disponible en: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health?utm_source=chatgpt.com
5. López M, Laviana M, López M, Laviana M. Los determinantes sociales y los problemas de salud mental. Una visión de conjunto. *Rev Asoc Esp Neuropsiq*. 2024;44(146):157-179.
6. Mental Health | Adolescent and School Health | CDC. 2024. Disponible en: https://www.cdc.gov/healthy-youth/mental-health/index.html?utm_source=chatgpt.com
7. Retamal Parra D, Muñoz Pareja M, Retamal Parra D, Muñoz Pareja M. Salud mental de niños, niñas y adolescentes durante la pandemia de COVID-19: Descripción de diagnósticos atendidos en la urgencia psiquiátrica del Hospital Las Higueras, Talcahuano. *ARS Medica (Santiago)*. 2023;48(1):5-14.
8. Morales Dechoudens G, Jiménez Torres AL, Muñoz Colón A. Experiencias de Estudiantes de Nuevo Ingreso: Estresores y el Proceso de Adaptación. *Griot*. 2019;12(1):47-70.
9. Li W, Zhao Z, Chen D, Peng Y, Lu Z. Prevalence and associated factors of depression and anxiety symptoms among college students: A systematic

- review and meta-analysis. *J Child Psychol Psychiatry*. 2022;63(11):1222-1230.
10. Irtiqa A, Cassie H, Bethany E, Cris G, Bethan. A systematic review and meta-analysis of studies exploring prevalence of non-specific anxiety in undergraduate university students. *BMC Psychiatry*. 2023;23(1):240.
 11. Estrella-Proañó A, Rivadeneira MF, Alvarado J, Murtagh M, Guijarro S, Alomoto L, et al. Anxiety and depression in first-year university students: the role of family and social support. *Front Psychol*. 2024;15:1462948.
 12. Farrer LM, Jackson HM, Gulliver A, Callear AL, Batterham PJ. Mental Health Among First-Year Students Transitioning to University in Australia: A Longitudinal Study. *Psychol Rep*. 2024;332941241295978.
 13. Roy S, Biswas AK, Sharma M. Stress, Anxiety, and Depression as Psychological Distress Among College and Undergraduate Students: A Scoping Review of Reviews Guided by the Socio-Ecological Model. *Healthcare*. 2025;13(16):1948.
 14. Wodika A, Lanier J, Almeda J, Richter A, Schalasky G. Helping Students Make Meaningful Connections: A Cross-Sectional Survey of College Student Loneliness. *Am J Health Educ*. 2025;56(4):291-304.
 15. Wang X, Cao CH, Liao XL, Jiang XY, Griffiths MD, Chen IH, et al. Comparing the psychometric evidence of the Depression, Anxiety, and Stress Scale-21 (DASS-21) between Spanish and Chinese primary school teachers: insights from classical test theory and Rasch analysis. *BMC Psychol*. 2025;13(1):450.
 16. Antúñez Z, Vinet EV. Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia Psicológica*. 2012;30(3):49-55.